

Как привиться от коронавируса в Новосибирске: краткая инструкция

10.02.2021



Шаг 1. Понять, можно ли вам прививаться

Отказать в вакцинации могут лишь в двух случаях: если вы младше 18 лет или имеете противопоказания по состоянию здоровья. В их числе – гиперчувствительность к какому-либо компоненту вакцины, тяжелые аллергические реакции, а также наличие острых инфекционных и неинфекционных заболеваний. В последнем случае с прививкой стоит повременить 2-4 недели после выздоровления, а затем повторно показаться врачу для определения скрытых очагов инфекции.

Также к противопоказаниям часто относят беременность и период грудного вскармливания, хотя мнения на этот счет разнятся. В то время как в памятке от Минздрава беременным, кормящим женщинам и даже тем, кто планирует зачать ребенка в ближайшие три месяца, отвечают категорическим «нет», АСОГ (Американская коллегия акушерства и гинекологии) допускает прививание таких пациентов.

Правда, ни в одной из стран влияние вакцины на развитие плода или здоровье новорожденного малыша пока не исследовалось. Российский НИЦ им. Гамалеи, разработавший «Спутник V», проверял ее использование только на потомстве животных – «в этом отношении вакцина показала себя хорошо».

Настоятельно рекомендуют прививаться лицам старше 60 лет (хотя еще до Нового года возраст старше 60 лет относили к противопоказаниям), людям с хроническими заболеваниями, а также работающим в социальной сфере или контактирующим с большим количеством людей.

Нужно ли ставить прививку тем, кто уже перенес коронавирус? На этот вопрос нет однозначного ответа. Специалист Роспотребнадзора Александр Горелов советует гражданам, переболевшим COVID-19, [подождать с вакцинацией как минимум 7-8 месяцев](#). Причина проста: препараты сейчас доступны в ограниченном количестве. Поэтому тем, кто имеет защиту от инфекции в виде выработанных антител, они не так необходимы, как остальной части населения.

Шаг 2. Записаться на прививку

Для желающих получить вакцину есть три способа записи:

– через портал госуслуг. Для этого обязательно иметь под рукой полис ОМС, чтобы указать его номер (или серию, если речь идет о старых образцах). Затем вам предоставят список пунктов вакцинации, а также дату и время, в которые можно пройти процедуру. Однако это – лишь один из вариантов развития событий. После регистрации вам могут сообщить об отсутствии медицинских организаций, доступных для записи через Госуслуги, и попросить записаться в лист ожидания. Когда подойдет очередь, с вами свяжутся специалисты;



– позвонив напрямую в поликлинику. Многие учреждения для разгрузки местной телефонии организовали дополнительные линии. Номера call-центров можно узнать на сайте поликлиник, они работают с 8:00 и до 20:00 часов без выходных. Представитель поликлиники уточнит, не чувствовали ли вы недомогание в последние две недели, обозначит свободные даты и время, а в случае отсутствия таковых поместит вас в лист ожидания.

– обратившись в Единую регистратуру – 124.

Привиться можно пока только одним препаратом – «Спутником V», разработанным российским центром имени Гамалеи. Он относится к типу векторных вакцин и был первым представлен на отечественный фармакологический рынок. В дальнейшем в борьбу с ковид-инфекцией [внес свой вклад новосибирский «Вектор»](#), создавший «ЭпиВакКорону». Третья российская вакцина – «КовиВак» от центра Чумакова – поступит в гражданский оборот в марте.

Шаг 3. Выбрать пункт вакцинации

Получить прививку можно не только в поликлинике, к которой вы прикреплены, а вообще в любом медучреждении, организовавшем пункт вакцинации. Но в этом случае процесс оформления предварительной записи займет чуть больше времени, поскольку медикам необходимо будет завести на ваше имя новую медицинскую

карточку.

В Новосибирске на данный момент функционируют 29 пунктов вакцинации. Все они размещены в местных поликлиниках. Когда новая партия препарата поступает в регион, ее моментально распределяют среди учреждений, однако по итогу нужное количество препаратов имеется не во всех.

Лучше всего ситуация сложилась в Калининском районе – самом молодом среди 10 районов города, но отнюдь не самом маленьком. Притом что он занимает седьмое место по площади и третье – по численности населения, единственная местная поликлиника готова привить всех желающих в кратчайшие сроки. Пациентов могут записать на вакцинацию уже на следующий день после обращения в медучреждение.

В поликлиниках Железнодорожного и Дзержинского районов пациентов пока записывают в лист ожидания. Медики честно сообщают, что дату проведения процедуры пока нельзя определить даже приблизительно. Обещают перезвонить в ближайшие дни, но через пять дней после обращения телефон продолжает многозначительно молчать.

Схожая ситуация в Заельцовском районе.

«Сейчас у нас вакцинация приостановлена, мы записываем людей в лист ожидания. Вакцина поступает небольшими партиями. Когда это происходит, мы переносим людей из листа ожидания и приглашаем на процедуру. Ожидается, что в феврале-марте мы всех из списка провакцинируем. Точных дат нет. Сегодня привезли 100 доз – вакцинировались 100 человек, которые, грубо говоря, записывались два месяца назад. Когда еще вакцина поступит, мы не знаем. До этого неделю ее ждали», – рассказывают сотрудники одной из местных поликлиник.

Шаг 4. Подготовиться к вакцинации

Поход в прививочный кабинет не сильно отличается от любого другого визита к врачу. В день «икс» нужно хорошенько выспаться, исключить из рациона тяжелую пищу и фастфуд, а также ограничить физическую активность и по возможности избегать стрессовых ситуаций.



Дилемма «пить или не пить», с которой россияне столкнулись после заявления главы Роспотребнадзора Анны Поповой, все еще остается неразрешенной. Например, Александр Гинцбург – руководитель центра имени Гамалеи, разработавшего «Спутник V» – [советует отказаться от алкоголя](#) на три дня до и после вакцинации. В свою очередь, врач-иммунолог Владислав Жемчугов считает, что срок воздержания может составить от десяти-двенадцати часов до суток.

Насколько спиртные напитки несовместимы с прививкой, доподлинно неизвестно. Но, как и в случае с любым лекарственным препаратом, их взаимодействия может снизить эффективность вакцины и привести к ослаблению иммунитета.

Собираясь в поликлинику, нужно взять с собой паспорт для подтверждения личности, а также полис ОМС и СНИЛС – для получения электронного сертификата о вакцинации.

Шаг 5. Пройти вакцинацию

Данная процедура не представляет собой ничего необычного. Проходить предварительное тестирование или сдавать анализы на антитела не нужно. Хотя в ряде российских регионов перед вакцинацией антитела все-таки замеряют. При личном осмотре врач, исходя из вашего анамнеза и самочувствия, сам решит, противопоказан вам препарат или нет (смотреть шаг первый).

Осмотр занимает в среднем 30 минут. Получив разрешение специалиста, вы

проходите на первый этап вакцинации. Еще 15 минут предстоит подождать, пока препарат подготовят к использованию – он хранится в замороженном виде.



Поскольку «Спутник V» является двухкомпонентной вакциной, его вводят дважды с интервалом в три недели. После проведения первой процедуры медик в течение получаса наблюдает за состоянием пациента и, если оно покажется ему удовлетворительным, отпускает домой.

На 21-й день (без учета дня получения первой инъекции) необходимо повторно прийти к врачу для получения второго компонента вакцины. Процедура проходит аналогично.

В дальнейшем пациенту рекомендуется следить за своим самочувствием. Среди возможных побочных эффектов – слабость, ломота, сонливость, повышение температуры, озноб, кратковременная головная боль и аллергические реакции. При возникновении любого из вышеперечисленных симптомов паниковать не стоит: чувствовать легкое недомогание после процедуры – абсолютно нормально. Оно означает, что организм естественным образом реагирует на изменения и формирует иммунитет к инфекции.

«После вакцинирования плющить начинает часов через семь. Небольшая температура (37,5), головная боль, ломка и слабость. Заканчивается все это через сутки после вакцинации – купируется разовой приемкой антигистаминных и жаропонижающих», – [рассказывал о своих ощущениях после «Спутника V»](#) новосибирский писатель Виталий Сероклинов.

Фото: НДН.инфо, gov39.ru.